

SCHMERZFREIER UND BEWEGLICHER WERDEN MIT DER LIEBSCHER & BRACHT METHODE

Ein schmerzfreies
und gestundes Leben
für jeden Menschen



Liebscher & Bracht
DIE SCHMERZSPEZIALISTEN

HAUSÄRZTE
HITDORF



PRAXIS

DR. MED. CHRISTIAN KURTZ

BEWEGLICHER & SCHMERZFREIER WERDEN MIT DER LIEBSCHER & BRACHT METHODE

Du leidest an chronischen Schmerzen und/oder Bewegungseinschränkungen? Du kommst mit den klassischen Behandlungsverfahren nicht weiter? Du möchtest oder sollst noch nicht operiert werden bei Gelenkverschleiß?

Die Liebscher & Bracht Methode ist eine Behandlungsmöglichkeit, mit der du dir selbst helfen kannst, beweglicher zu werden und weniger Schmerzen zu haben.

Der Grundgedanke der Liebscher & Bracht Methode ist folgender: Chronische Fehlhaltungen sowie geringe Bewegungsumfänge führen zu Verkürzungen und damit erhöhten Spannungszuständen von Faszien und Muskulatur. Hieraus resultieren viele akute und chronische Schmerzen.

Mit den **Liebscher & Bracht Übungen** kannst du dir in nur 10-15 Minuten täglich selbst helfen. Du kannst diese Übungen in meinen **Liebscher & Bracht Übungskursen**, im Rahmen der **Liebscher und Bracht Therapie** sowie autodidaktisch mit Hilfe der **Liebscher und Bracht App** sowie zahlreichen Youtube Videos und Büchern lernen.

Ich wünsche dir viel Erfolg auf deinem Weg zu mehr Beweglichkeit und weniger Schmerzen.



Dr. Christian Kurtz



WIRKSAM IST DIE SCHMERZTHERAPIE NACH LIEBSCHER & BRACHT UNTER ANDEREM BEI:

- Rückenschmerzen
- Knieschmerzen
- Schulterschmerzen
- Kopfschmerzen / Migräne
- Tennisellenbogen
- Karpaltunnelsyndrom
- Hallux valgus
- Fersensporn
- Beschwerden der Achillessehne

Liebscher & Bracht
DIE SCHMERZSPEZIALISTEN

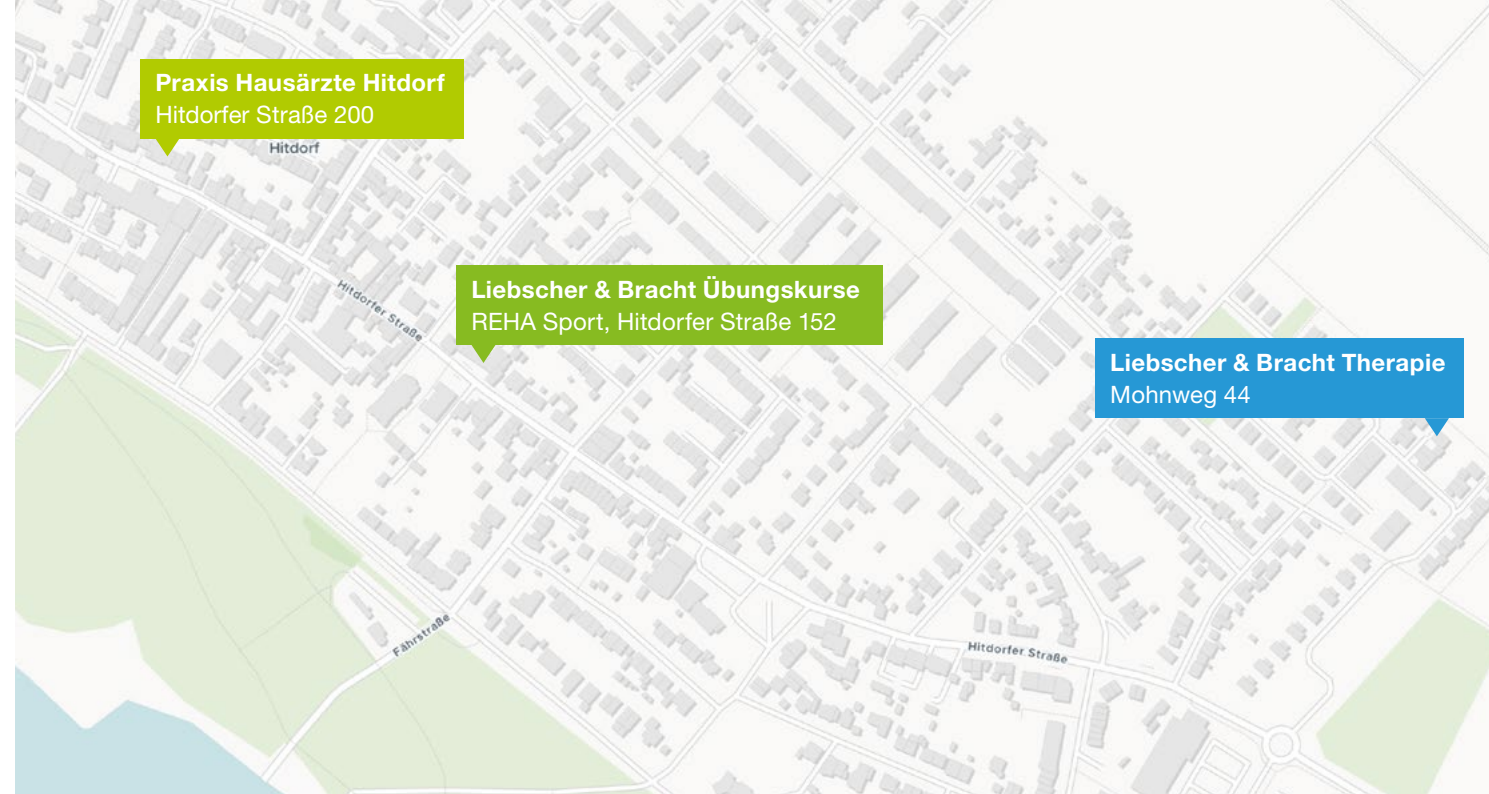
QR-Code scannen und Liebscher
und Bracht App herunterladen



BEWEGLICHER & SCHMERZFREIER WERDEN MIT DER LIEBSCHER & BRACHT THERAPIE

Bei ausgeprägten Beschwerden empfiehlt es sich mit der Liebscher & Bracht Therapie als Einzelbehandlung bei einem zertifizierten Liebscher & Bracht Therapeuten zu beginnen. Hierbei werden zunächst mittels Druckpunkten am Knochen (Osteopressur) die Spannungszustände von Faszien und Muskulatur schnell gemindert.

Bereits in der ersten Behandlung führt dies oft zu einer schnellen Besserung der Beschwerden. Danach zeige ich dir die für dich wichtigen Liebscher & Bracht Übungen und übe diese Schritt für Schritt mit dir ein. Für den langfristigen Erfolg sollten die Liebscher & Bracht Übungen täglich durchgeführt werden. Dadurch kannst du deine eigene Gesundheit und Schmerzfreiheit selbst in die Hand nehmen!



BEWEGLICHER & SCHMERZFREIER WERDEN MIT DEN LIEBSCHER & BRACHT ÜBUNGEN

Du hast im REHA Sport in Leverkusen-Hitdorf die Gelegenheit die Liebscher & Bracht Übungen kennenzulernen, mit denen du dir selbst bei vielen Schmerzzuständen helfen kannst. Dir geht es gut und du möchtest beweglicher werden? Dabei helfen dir die Liebscher & Bracht Übungen ebenfalls.

Mit verschiedenen Techniken, die sowohl die Faszien als auch die Muskulatur in einen besseren und beweglicheren Zustand bringen, schaffst du die Basis für eine langfristige Schmerzfreiheit und Beweglichkeit. Die Liebscher & Bracht Übungen wurden als spezielle Dehnungsübungen entwickelt, die du optimal in deinen Alltag integrieren kannst – am besten täglich in nur 15 Minuten.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUR LIEBSCHER & BRACHT THERAPIE:

Behandlungsort: Mohnweg 44 in Leverkusen-Hitdorf
(Nicht in den aktuellen Praxisräumen, siehe Karte)

- Eine Behandlung dauert ca. 60 Minuten und findet nur nach vorheriger Vereinbarung statt (online mit Doctolib oder telefonisch unter 02173-42262).
- Normalerweise werden 2-3 Behandlungstermine benötigt. Bereits nach dem ersten Termin weißt du im Regelfall, ob dir die Liebscher & Bracht Methode helfen kann.
- Wichtig für den langfristigen Erfolg ist ein tägliches Durchführen der gezeigten Liebscher & Bracht Übungen. Diese solltest du zu Anfang 2x täglich jeweils 15 Minuten an mindestens 6 Tagen in der Woche trainieren. Auch später sollten die Übungen regelmäßig beibehalten werden.

- Pro Behandlung à 60 Minuten werden dir privatärztlich 249 € in Rechnung gestellt. Wenn du gesetzlich versichert bist, bezahlst du nur 199 € pro Behandlung.
- Da eine volle Stunde für den Termin freigehalten wird, muss ein vereinbarter Termin spätestens 24 Stunden vorher abgesagt werden. Andernfalls wird dir ein Ausfallhonorar von 120 € in Rechnung gestellt.
- Dr. Christian Kurtz ist neben seiner Ausbildung zum Allgemeinmediziner, Sportmediziner und Manualtherapeut auch zertifizierter Liebscher & Bracht Therapeut sowie zertifizierter Liebscher & Bracht Bewegungslehrer.
- Weitere Information sowie den Link zu Doctolib findest du auf unserer Homepage „hausarzt-hitdorf.de/Schmerztherapie“.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZU DEN LIEBSCHER & BRACHT ÜBUNGSKURSEN:

Die Kurse finden im REHA Sport Hitdorf, Hitdorfer Straße 152 in Hitdorf statt **(Nicht in den aktuellen Praxisräumen, siehe Karte)**

- Zu den Kursen sind Anfänger sowie Fortgeschrittene willkommen.
- Die Kurstermine können einzeln oder kombiniert über die Kurs-Homepage „www.schmerzfrei.drkurtz.info“ gebucht werden.
- Für den Schnupperworkshop / Einführungskurs wird außer einer Trainingsmatte und Sportkleidung kein Equipment benötigt.
- Für alle anderen Kurse wird zusätzlich eine Übungsschleife, ein Kniereiter sowie ein Faszien-Rollmassage-Set benötigt.

- Weitere Informationen sowie Kursbuchung unter www.schmerzfrei.drkurtz.info

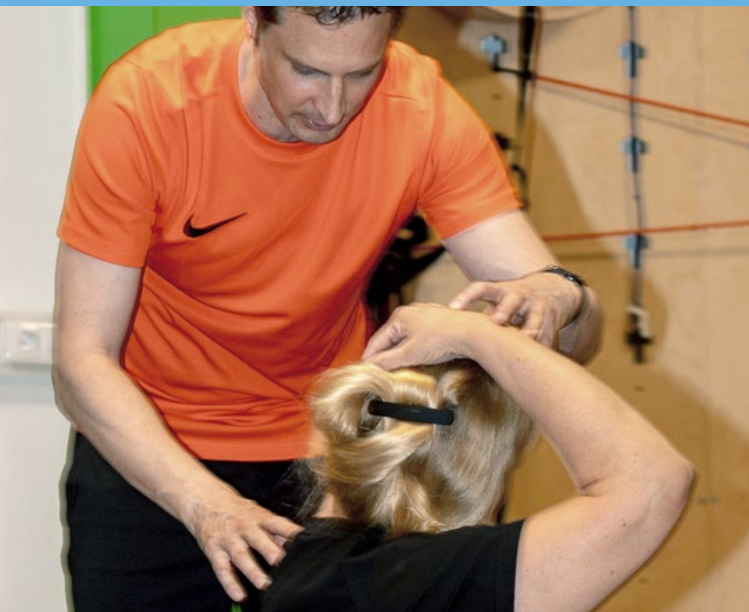
Dein Bewegungslehrer - Dr. med. Christian Kurtz

Als Sportmediziner & Hausarzt bin ich immer wieder begeistert, wie gut ich mit den Liebscher & Bracht Übungen anderen Menschen helfen kann schmerzfreier und beweglicher zu werden.



Für Firmen führt Dr. Kurtz auch Mitarbeiterschulungen zu den Liebscher & Bracht Übungen bei dir vor Ort durch.

Bei Interesse kontaktiere uns dazu gerne unter epd@drkurtz.info



HAUSÄRZTE HITDORF

Hitdorfer Str. 200
51371 Leverkusen-Hitdorf

Telefon 0 21 73 . 42 26 2
info@hausarzt-hitdorf.de
www.hausarzt-hitdorf.de

Ab 2025: In neuen Praxisräumen in deiner Nähe